熱中症・インフルエンザ警告 温湿度計

品番：O-311

このたびは、当社製品をお買い求めいただき、ありがとうございました。
ご使用の前に、この取扱説明書を最後まで必ずお読みいただき、正しく安全にご使用ください。
お読みになった後は、いつでも見られるように大切に保管してください。

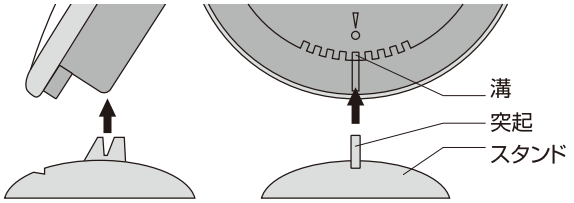
取扱説明書

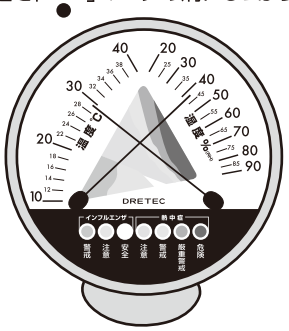
輸入発売元　**株式会社ドリテック**
〒343-0824 埼玉県越谷市流通団地2-3-9
URL　http://www.dretec.co.jp
お客様相談センター　0120-875-019
（受付時間：月～金 10：00 ～ 12：00，　13：00 ～ 16：00　祝祭日および当社指定休日を除く）

■機能
1）温度計
2）湿度計
3）熱中症・インフルエンザ警告表示

■ご使用方法
本製品の裏側には壁掛け用の穴が付いております。本製品を設置する場合は、お客様の責任において壁面に適したネジ等を使用し、製品荷重（製品重量 約100g）に耐えられるようにしっかりと固定したところに掛けてご使用ください。

本製品に付属のスタンドを使用する際は下図のようにスタンド部の突起を「 ! 」マークの溝にしっかり差し込んでご使用ください。





スタンド使用イメージ

●温度計、湿度計
1）本製品を正面から見て、指針のさしている目盛りを読みます。
2）読み取った値がその時の温度および湿度となります。

●熱中症・インフルエンザ警告表示
1）本製品を正面から見て、指針が交差している位置の文字板の色を見ます。
2）文字板下部の色の説明から現在の環境が読み取れます。

■熱中症とは（ひと涼みしよう　熱中症予防　声かけプロジェクト　出典）
熱中症は、気温が高いことなどで、身体の中の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れたり、体の調整機能が正常に働かなくなることによって引き起こされます。人の身体は、常に熱を作り出す一方、汗をかいたり、皮膚から熱を逃がすことで、体温の上昇を抑えています。このような体温の調節機能がうまく働かず、体内に熱がこもり、体温が異常に上昇することで熱中症は起こります。また、真夏日や熱帯夜が多い年は、熱中症で亡くなる人も増えます。一般的には、最高気温が25度を超えると患者が発生し、30度を超えると熱中症で死亡する人の数が増えはじめると言われています。

日常生活における熱中症予防指針
（出典　日本生気象学会「日常生活時における熱中症予防指針Ver3」）

温度基準（WBGT）	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険（31℃以上）	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒（28～31℃）		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒（25～28℃）	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。
注意（25℃未満）	強い生活活動でおこる危険性	一般的に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

WBGT指数表

乾球温度（℃） \ 相対湿度（%）	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
40	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
39	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43
38	28	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42
37	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41
36	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	39	39
35	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	38
34	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	37
33	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	31	32	33	34	34	35	35
32	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	31	32	33	34	34	35
31	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	33	34
30	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	29	30	31	32	32	33
29	21	21	22	23	24	24	25	26	26	27	28	29	29	30	31	31	32
28	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31
27	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	29	29	30
26	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29
25	18	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28
24	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27
23	16	17	17	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26
22	15	16	17	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25
21	15	15	16	16	17	17	18	19	19	20	20	21	21	22	23	23	24

…危険(31℃以上)
…厳重警戒(28～31℃)
…警戒(25～28℃)
…注意(25℃未満)

（単位：℃）

■日常生活での熱中症予防について
熱中症予防には水分・塩分補給をすることが大切です。
こまめに水分・塩分補給ができるように、スポーツ飲料などの飲み物を持ち歩きましょう。
特に幼児・学童や高齢者は、のどが渇く前に飲む、空調が効いた場所で休憩をするなどして熱中症対策をしてください。

・水分・塩分補給の目安（出典　日本生気象学会「日常生活時における熱中症予防指針Ver3」）
（1）日常生活における水分補給：通常の生活では食事等に含まれる水分を除いた飲料として摂取すべき量は1日あたり1.2リットルを目安とする。
（2）運動時や作業時の補給：水分の補給量は体重減少量の7～8割程度が目安となる。体重の2%以上の脱水を起こさないよう注意する。大量の発汗がある場合は、スポーツ飲料などの塩分濃度0.2%程度の水分を摂取する。

作業前：コップ1～2杯程度の水分・塩分を補給する（コップ一杯200ml）。
作業中：コップ半分～1杯程度の水分・塩分を20～30分ごとに補給する。
作業後：30分以内に水分・塩分を補給する。

（3）飲酒時の補給：アルコール飲料は利尿を促進するので、飲酒後は水分・塩分を、十分に補給する。
（4）空調装置使用時の補給：空気が乾燥するので、こまめに水分・塩分を補給する。

・特に注意を要する事項（出典　日本生気象学会「日常生活時における熱中症予防指針Ver3」）

以下の項目に該当する場合は、特に注意が必要であり、温度基準域を下げた「注意事項」を適用する。本人のみならず、周囲の人々の注意も必要である。

a.幼児・学童は体温調節機能が未発達であり、保護者の対応が不適切になると発症しやすい。

b.65歳以上の高齢者、特に75歳以上の後期高齢者は発汗能や口渇感等、体温調節機能が低下する。このために熱中症を発症しやすい。

c.肥満者は、より体温が上昇しやすい傾向にあるため、熱中症を発症しやすい。

d.仕事や運動（スポーツ）に無理をしすぎる人、頑張りすぎる人は熱中症を発症しやすい。

e.基礎疾患（高血圧、心疾患、慢性肺疾患、肝臓病、腎臓病、内分泌疾患など）のある人、寝たきりの人は発症しやすい。
熱中症の発症を助長する以下のような薬を服用している人も発症しやすい。抗コリン作用のある薬（鎮痙薬*、頻尿治療薬*、パーキンソン病治療薬*、抗ヒスタミン薬、抗てんかん薬、睡眠薬・抗不安薬、自律神経調節薬、抗うつ薬、β遮断薬、ある種の抗不整脈薬、麻薬）は発汗抑制を来たす可能性がある。利尿剤は脱水を来たしやすい。
興奮剤・覚せい剤は代謝を亢進させる。多くの抗精神病薬*は体温調節中枢を抑制する可能性がある。

*医薬品添付文書に、「発汗（あるいは体温調節中枢）が抑制されるため、高温環境では体温が上昇するおそれがある」との記載のある薬品。

f.発熱、下痢、二日酔い、睡眠不足等、体調不良の場合は発症しやすい。

g.農作業、安全対策作業等で厚着、安全服等で全身を覆う場合は発症しやすい。

h.急激に高温となった場合。例えば暑さに慣れていない6月以前、また、日常生活で高温暴露の経験が少ない場合、旅行や移動（涼しい場所から高温の場所へ）の場合および気象変化などで急激に高温となった場合なども発症しやすい。

WBGTとは?

酷暑の環境下での行動に伴うリスクの度合を判断するのに用いられる指標です。
環境省ではこれを暑さ指数と称しています。人体の熱収支に影響の大きい湿度、放射、気温の3つを考慮しており、湿球温度、黒球温度、乾球温度の値を使って計算します。スポーツや高温の職場などでの熱中症等を予防するために国際的に利用されており、ISO07243、JIS Z 8504などとして規格化されています。

■本製品の熱中症警告表示について

温度と湿度の状態が下記の警告に該当すると表示されます。

	注意	警戒	厳重警戒	危険
熱中症 (WBGT)	黄緑色ゾーン	黄色ゾーン	橙色ゾーン	赤色ゾーン

熱中症の症状と対策

注　　意：熱中症の危険は少ないですが、兆候に注意しましょう。
スポーツなどの活動をしている方は、適度な水分補給を心がけましょう。

警　　戒：熱中症の危険が増しています。
スポーツなどの活動をしている方はこまめに休息をとり積極的に水分補給をしましょう。激しい運動は30分おきくらいに休息をとりましょう。

厳重警戒：熱中症の危険が高まっています。
スポーツなどの活動をしている方は激しい運動を避けてください。体力のない方、暑さに慣れていない方は運動を中止してください。積極的に休息と水分補給を行ってください。

危　　険：熱中症の危険があります。
特別の場合以外はすべての運動を中止してください。体温の上昇に注意し、十分な休息と水分補給を行ってください。

■本製品のインフルエンザ警告表示について

湿度とインフルエンザウイルスの関係

色表示	絶対湿度※1	インフルエンザウイルス感染の危険度	感染対策	生存率※2
安全 白色ゾーン	17g/㎥以下	通常の生活環境	温度・湿度を適度に保つようにしましょう	ほぼ0%
注意 水色ゾーン	11g/㎥以下	インフルエンザウイルスが生存可能 感染に注意が必要な環境	温度・湿度の変化に注意しましょう	5%
警戒 青色ゾーン	7g/㎥以下	インフルエンザウイルスの生存に適した状態 感染しやすい環境	加湿器などで湿度・温度の調節をしましょう ※過剰に加湿した場合はカビの発生に注意してください。	20%

※1 絶対湿度
一般的に湿度を表す場合は相対湿度であり、ある温度の空気中に含むことができる最大限の水蒸気量に比べて、実際どの程度の水蒸気量を含んでいるかを%(単位)で表します。絶対湿度とは、温度に関係なく1㎥の空気中に含まれる水蒸気の質量のことでg/㎥(単位)で表します。例えば相対湿度が同じ50%の場合でも、20℃では絶対湿度約9/㎥g、30℃では15g/㎥と異なります。本製品のインフルエンザ警告表示は絶対湿度に換算した値で表示しています。

※2 生存率
空気中に放出されたインフルエンザウィルスの各環境下に置ける6時間後の値。

■製品仕様

品名	熱中症・インフルエンザ警告 温湿度計
品番	0-311
測定方式	バイメタル方式
温度計動作範囲	10～40℃
湿度計動作範囲	20～90%RH
精度	温度 ： ±1℃（10～30℃）、±2℃（左記以外）
	湿度 ： ±8%RH（30～90%RH）、±10%RH（左記以外）
1目盛	温度 ： 2℃
	湿度 ： 5%

※製品の仕様は改良などのため予告なく変更することがありますのでご了承ください。

■お手入れ方法

本体の汚れはかたく絞ったふきんで拭き取ってください。汚れがひどいときは中性洗剤をつけて拭き取ってください。お手入れの際、シンナー・ベンジン・ガソリン・灯油・アルコールなどは使わないでください。変形、変色、破損のおそれがあります。

■製品についてのお願い事と注意

1）本製品の設置後は、指針が安定するまで約1～2時間お待ちください。
2）高温、多湿、直射日光のあたる場所や冷暖房器具の近くに設置しないでください。
3）加熱、分解、改造、水中や火中でのご使用は避けてください。
4）乳幼児の手の届く所に置かないでください。

本製品は医療用・業務用ではありません。
日常生活での温度・湿度の目安としてご使用ください。氷点下時の屋外、直射日光の当たる場所では使用しないでください。また、商取引や、公に温度や湿度を照明する場合には使用しないでください。温度・湿度の誤差や、熱中症・インフルエンザ指標などによる二次的な損害等に対し、弊社は一切の責任を負えないことをご了承ください。